



COUNTY OF ERIE MARK POLONCARZ

কাউন্টি কার্মনির্বাহী

GALE R. BURSTEIN, MD, MPH, FAAP
স্বাস্থ্য কমিশনার

COVID-19 আইসোলেশন বিষয়ক প্রশ্ন ও উত্তর

কার ক্ষেত্রে এটি প্রযোজ্য হয়?

Erie কাউন্টিতে বসবাসকারী এমন কোনো ব্যক্তি, যার COVID-19 পরীক্ষার ফল পজিটিভ হয়েছে

আমি কি আইসোলেশনের মধ্যে রয়েছি?

Erie কাউন্টিতে বসবাসকারী কোনো ব্যক্তির COVID-19 পরীক্ষার ফল পজিটিভ এলে, তিনি স্ট্যান্ডিং কমিশনারের আদেশ মেনে আইসোলেশনে থাকতে বাধ্য।

আমি আইসোলেশনের আদেশ উপেক্ষা করলে কী হবে?

আইসোলেশনের আদেশ উপেক্ষা একটি অপরাধ হিসাবে বিবেচিত যা জনস্বাস্থ্য আইন (Public Health Law) এর 12-b ধারার অধীনে শাস্তিযোগ্য। উপরন্তু, আদেশ মেনে না চলার কারণে স্বাস্থ্য দপ্তর (Department of Health) কোনো চিকিৎসা কেন্দ্রে আপনাকে আটকে রাখতে চাইতে পারে।

ঠিক আছে, আমি কীভাবে আইসোলেশন থেকে বেরোতে পারি?

নিউ ইয়র্ক স্টেটের স্বাস্থ্য দপ্তর (New York State Department of Health) দ্বারা নির্ধারিত ছাড়পত্রের মানদণ্ড পূরণ না করা পর্যন্ত আপনাকে আইসোলেশনে থাকতেই হবে। একবার আপনি ছাড়পত্রের মানদণ্ড পূরণ করলে, নিজেকে আইসোলেশন থেকে মুক্ত করতে পারেন।

ছাড়পত্রের মানদণ্ডগুলি কী?

এখানে মানদণ্ডগুলি দেওয়া হল:

নিম্নলিখিত উপসর্গগুলির কোনো একটি আপনার হয়ে থাকলে: জ্বর, কাশি, শ্বাসকষ্ট/নিঃশ্বাস নিতে সমস্যা, তাহলে ছাড়পত্রের মানদণ্ড হল:

- উপসর্গগুলি প্রথম শুরু হওয়ার পরে অন্তত 7 দিন হয়ে গেছে; এবং
- আপনার কোনো জ্বর কমানোর ওষুধ (যেমন থাইলেনল) না খেয়ে অন্তত 3 দিন কোনো জ্বর ছিল না; এবং
- কোনো শ্বাসকষ্ট/কাশি/নিঃশ্বাস নেওয়ার সমস্যা থাকলে তাতে উন্নতি হয়েছে।

আপনি এই তিনটি মানদণ্ড পূরণ করলে, নিজেকে আইসোলেশন থেকে মুক্ত করতে পারেন।

আপনার এই উপসর্গগুলির কোনোটি না থাকলে, ছাড়পত্রের মানদণ্ড হল:

- আপনার প্রথম পজিটিভ COVID-19 পরীক্ষা হওয়ার পরে অন্তত 7 দিন হয়েছে; এবং
- আপনার কোনো পরবর্তী অসুস্থতা ছিল না

আপনি এই দুটি মানদণ্ড পূরণ করলে, নিজেকে আইসোলেশন থেকে মুক্ত করতে পারেন

তাহলে ছাড়পত্রের মানদণ্ড পূরণ করলেই আমি সম্পূর্ণ মুক্ত?

না! ছাড়পত্রের মানদণ্ড পূরণ করলে কেবলমাত্র আপনি মেডিকেল আইসোলেশন থেকে মুক্ত হবেন। কিন্তু তখনও আপনি স্টেট ও স্থানীয় অন্য সমস্ত প্রযোজ্য আইন এবং কার্যনির্বাহী আদেশের শর্তাধীন থাকবেন। তাই উদাহরণস্বরূপ:

যে কাজ আপনি করতে পারবেন	যে কাজ আপনি করতে পারবেন না
মুদিখানার দোকানে যাওয়া	পার্টিতে যাওয়া
বাইরে হাঁটতে যাওয়া	একদল লোকের সঙ্গে কোনো স্পোর্টস খেলা
কর্মক্ষেত্রে যাওয়া যদি এমপায়ার স্টেট ডেভেলপমেন্ট কর্পোরেশন দ্বারা নির্দেশিত জরুরি পরিষেবা দেওয়ার জন্য কোনো জরুরি ব্যবসায় আপনি কর্মরত থাকেন	কর্মক্ষেত্রে যাওয়া যদি আপনি কোনো জরুরি ব্যবসা বা জরুরি পরিষেবার জন্য কাজ না করেন।

আর কি কোনো বিশেষ নির্দেশ আছে যার সম্পর্কে আমার সচেতন থাকা উচিত?

আপনি যদি কোনো স্বাস্থ্যসেবা কর্মী, প্রথম প্রতিক্রিয়া প্রদানকারী অথবা অন্য কোনো জরুরি পেশার কর্মী হন যিনি কর্মক্ষেত্রে ফিরছেন, সেক্ষেত্রে উপসর্গের উপস্থিতি নির্বিশেষে আপনাকে অসুস্থতার সূত্রপাতের পরে অথবা COVID-19 এর জন্য আপনার পরীক্ষার ফলাফল পজিটিভ আসার পরে 14 দিনের জন্য একটি মাস্ক পরে থাকতে হবে। কোনো অতিরিক্ত নির্দেশাবলী আছে কিনা তা অনুগ্রহ করে আপনার নিয়োগকর্তার থেকে জেনে নিন।

তবে আমি মুক্ত হয়ে গেলেও, আমি অন্য কাউকে অসুস্থ করতে পারি না, তাইতো?

ভুল। ছাড়পত্রের মানদণ্ড COVID-19 ছড়িয়ে পড়ার ঝুঁকি কমানোর জন্য পরিকল্পিত হলেও, আপনার দ্বারা অন্যান্য ব্যক্তির সংক্রামিত হওয়ার সম্ভাবনা তখনও থেকে যায়।

এটি আটকানোর জন্য আমি কী করতে পারি?

সচেতন থাকুন। আপনার হাত ভালভাবে নিয়মিত ধুয়ে নিন। কাশির সময় হাত দিয়ে মুখ ঢেকে নিন। 65 বয়সোর্ধ্ব যেকোনো ব্যক্তি, রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা কম থাকা বা গভীর অসুস্থতা থাকা যেকোনো ব্যক্তির কাছাকাছি না থাকার চেষ্টা করুন। উপযুক্ত সামাজিক দূরত্ব বজায় রাখুন। বেরোনের প্রয়োজন না হলে বাড়িতেই থাকুন।

আমি এগুলি সব বুঝেছি। আমার কি স্বাস্থ্য বিভাগ থেকে কিছু প্রয়োজন?

না। আপনি একবার ছাড়পত্রের মানদণ্ড পূরণ করলে, আপনার আইসোলেশনের সময়সীমা শেষ হবে।